

誠美便當工廠

2026/9/18 【五】

傳統雞絲飯
烤肉香里肌
梅粉烤薯條
香蒸餃子
深色蔬菜
海茸肉絲湯

熱 量	733.0 K	脂 肪	25.0 g
醣 類	96.0 g	蛋 白 質	31.0 g

2026/9/21 【一】 豆奶

2026/9/22 【二】

2026/9/23 【三】

2026/9/24 【四】

2026/9/25 【五】

旺芽米飯
卡啦雞排
香炒黃瓜
紅燒豬腩
深色蔬菜
海帶豆腐湯

白米飯
黃金魚片
茶碗蒸
冬瓜燒肉
深色蔬菜
高麗菜肉絲湯

白米飯
蔥香豬柳
菇菇雙絲
豬肉鍋貼
深色蔬菜
紅豆西米露

地瓜飯
麻油燒雞
夜市烤香腸
蝦香花椰菜
有機黑葉白菜
筍仔湯



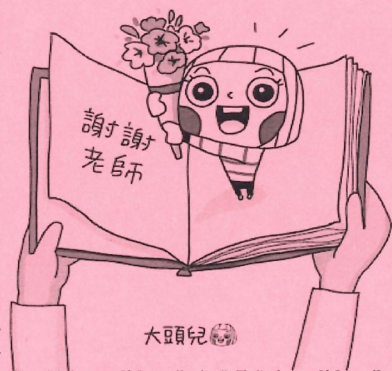
熱 量	737.8 K	脂 肪	25.0 g	熱 量	760.3 K	脂 肪	27.5 g	熱 量	750.6 K	脂 肪	27.0 g	熱 量	716.5 K	脂 肪	24.5 g	熱 量	0.0 K	脂 肪	0.0 g
醣 類	97.0 g	蛋 白 質	31.2 g	醣 類	97.0 g	蛋 白 質	31.2 g	醣 類	96.5 g	蛋 白 質	30.4 g	醣 類	94.0 g	蛋 白 質	30.0 g	醣 類	0.0 g	蛋 白 質	0.0 g

2026/9/28 【一】

2026/9/29 【二】

2026/9/30 【三】

教師節快樂!



旺芽米飯
蒲燒魚
鐵板豆腐
胡瓜木耳
淺色蔬菜
海芽魚干湯

白米飯
雞米花
小瓜肉片
咖哩洋芋
深色蔬菜
筍仔肉絲湯

豬肉原產地

臺灣



熱 量	745.1 K	脂 肪	25.5 g	熱 量	745.1 K	脂 肪	25.5 g
醣 類	97.0 g	蛋 白 質	31.9 g	醣 類	97.0 g	蛋 白 質	31.9 g